

ются мировоззрения, установки, убеждения студента, занятого в профсоюзной деятельности.

В связи с этим нам представляется целесообразным более глубокое исследование влияния профсоюзной организации на личность студента и разрешения вопроса о том, в какой степени качества, приобретаемые студентом в процессе вовлечения его в профсоюзную деятельность, могут быть востребованы в будущей профессиональной деятельности.

Лукина А.С., Рудей О.А.

г. Екатеринбург, Российский государственный
профессионально-педагогический университет

Исследование влияния уровня саморегуляции деятельности на уровень стрессоустойчивости медицинских работников

Для большинства людей в определенные периоды их жизни работа, которую они выполняют, является источником стресса. Часто переживание, связанное со стрессом на работе, кратковременно, и человеку удается успешно с ним справиться без длительного воздействия на его физическое или психическое здоровье. Но иногда это может быть продолжительная и тяжелая нагрузка, представляющая серьезную опасность для комфорта и здоровья человека.

Правильное понимание положительных и отрицательных сторон стресса, их адекватное использование или предотвращение играют важную роль в сохранении здоровья человека, создание условий для проявления его творческих возможностей; плодотворной, эффективной, а главное качественной трудовой деятельности медицинских работников. Все это свидетельствует о несомненной актуальности темы стресса, а широкое распространение в повседневной жизни и трудовой деятельности медицинских работников делает целесообразным ознакомление с различными аспектами проблемы стресса.

Стресс – это состояние психического напряжения, экспериментально проанализированного Гансом Селье (1936г.), которое возникает при выполнении деятельности в особенно сложных условиях. В зависимости от

выраженности стресс может оказывать на деятельность как положительное влияние, так и отрицательное — до ее полной дезорганизации. К возникновению стрессовых состояний могут приводить сильные физические и психические перегрузки. К симптоматическим нарушениям стресса Г. Селье отнёс: потеря аппетита, мышечная слабость, снижение артериального давления, продуктивности деятельности, нарушение сна и др. Исследования проблемы стресса и стрессоустойчивости продолжили: американский учёный Р. Лазарус, обозначив, стресс физиологический и психологический. Попытка классифицировать стрессы в зависимости от продолжительности воздействия принадлежит Харрису (1956г.), а также Столькфельтому (1970г.), который за основу критерия принял мотивационную раздражительность. Несколько позже попытку условного разделения стрессов на основе их эмоционального проявления предпринял С.А. Разумовым. Дальнейшие исследования в отечественных изданиях по стрессоустойчивости описаны в работах: Б.М. Коган (1980), Ф.З. Меерсона (1981), В.И. Медведева (1982), Л.А. Китаев-Смык (1983), Л.М. Аболина (1987), Е.С. Жарикова (1990), Л.В. Куликова (1995), Е.М. Черепанова (1997), Ю.Г. Чиркова (1998) и др.

Какой бы деятельностью человек ни занимался, какие бы цели перед собой ни ставил, он сам исследует условия, программирует, контролирует и корректирует произвольную активность и тем самым реализует присущую ему способность к психической регуляции (Э.Ф. Зеер и др.)

По мнению К.А. Абульхановой-Славской, принцип саморегуляции обладает следующими возможностями:

1. Раскрывает личностные способы организации управления психикой в соотношении с объективными и субъективными условиями деятельности;
2. Выявляет психологическую «цену» деятельности. Систему внутренних подкреплений в ее процессе, а также индивидуально-психологический подчёрк деятельности;
3. Позволяет понять способы связей разных уровней деятельности (психофизиологического, психического, сознательного);
4. Воплощает системный подход к способу связи субъекта деятельности и ее условий;

5. Позволяет понять как субъект, обобщая свои психические способности действия, может совершенствовать их, находить новые побуждения и мотивацию.

Концептуальные представления о модели саморегуляции были разработаны, и экспериментально проверены первоначально применительно к сенсомоторной деятельности человека, а затем успешно использовались при анализе регуляторных процессов в учебной и различных видах профессиональной деятельности.

В основном эта проблема изучается сотрудниками лаборатории психологии саморегуляции Психологического института Российской академии образования.

Было убедительно доказано, что успешность в различных видах практической деятельности обеспечивается сформированностью целостной системы саморегуляции, а любой структурно функциональный дефект (недостаточная реализация какого-либо функционального звена, неразвитость межфункциональных связей) процесса регуляции существенно ограничивает эффективность в самых различных видах деятельности.

Модель системы саморегулирования была применена к исследованию личностного уровня саморегуляции (С.Ю. Жуйков, Ю.А. Миславский, В.И. Моросанова, Н.Ф. Круглова, А.К. Осницкий, Н.О. Сипачев, В.И. Степанский, Э.Ф. Фарапонова и др.)

Исследование сотрудников скорой помощи проводилось с использованием методик: «Стиль саморегуляции поведения» (В.И. Моросановой) и опросника нервно-психической устойчивости «Прогноз» (разработанного Санкт-Петербургской военно-медицинской академией).

Выборка составила 32 человека. Анализ полученных результатов, с использованием коэффициента Пирсона позволил выявить корреляционную зависимость между процессами саморегуляции и уровнем нервно-психической устойчивости, в частности между такими признаками как: нервно-психическая устойчивость, планирования, моделирования, программирования, оценка результата, гибкость, самостоятельность и общий уровень саморегуляции.

В целом, необходимо отметить, что у испытуемых слабо выражены потребности в моделировании и оценке результата. Вероятно, это связано с часто возникающими трудностями в определении цели и программы действий, что приводит к резкому ухудшению качества результатов при уве-

личении объема работы, ухудшении состояния или возникновении внешних трудностей. В качестве причин могут выступать как экономические, так и социально-психологические факторы, обусловленные спецификой работы.

Вместе с тем на достаточно высоком уровне у медицинских работников сформированы такие признаки как программирование и гибкость. Это свидетельствует о том, что у испытуемых выражена потребность продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей. По роду своей деятельности докторам необходимо не только уметь планировать свои действия, но и предвидеть результат, дабы исключить ошибки. Не менее важным в профессии доктора является способность уметь изменять и перестраивать систему саморегуляции в зависимости от изменения условий и обстоятельств.

Исследования показали: чем ниже численный показатель нервно-психической устойчивости, тем выше уровень саморегуляции. Кроме того, существует корреляционная зависимость между такими параметрами как:

- Программирования и планирования, это свидетельствует о том, что у испытуемых сформирована потребность в осознанном планировании деятельности. При этом планы достаточно реалистичны, детализированы, действенны и устойчивы. Цели деятельности выдвигаются самостоятельно.

- Связь между параметрами самостоятельность и планирование свидетельствует об автономности организации, активности медицинских работников и умении самостоятельно планировать свою профессиональную деятельность и поведение.

- Связь между такими параметрами как оценка результата и моделирование показывает взаимное влияние, т.е. испытуемые вполне адекватно оценивают как сам факт рассогласования полученных результатов с целью деятельности, так и причины их провоцирующие. Кроме того, отмечается способность гибко и быстро адаптироваться к изменяющимся условиям среды.

- Корреляционный анализ показал взаимосвязь между такими параметрами как самостоятельность и программирование, т.е. чем выше показатели самостоятельности, тем совершеннее программирование или наоборот. Это говорит о том, что при самостоятельном принятии, обдумывании своих способов действий для успешной деятельности, испытуемые

способны самостоятельно планировать работу, предвидя не только конечный, но и промежуточный ее результат.

Таким образом, проблема повышения эмоциональной устойчивости человека представляет собой в настоящее время чрезвычайно важную область исследований, дающую практические результаты, особенно это касается лиц, профессиональная деятельность которых постоянно связана со стрессами.

Применение средств профилактики эмоциональной устойчивости медицинских работников ориентировано на повышение их работоспособности за счет адаптационных механизмов и реорганизации условий труда.

Лыткина И.В.

г. Екатеринбург, Российский государственный
профессионально-педагогический университет

Ценностные ориентации в профессиональной деятельности

В современных условиях как никогда необходимо формирование психологической готовности молодых людей к жизненному самоопределению (свободному жизненному выбору и ответственности за него, к проявлению творческой активности), к самоактуализации и саморазвитию. Особую остроту в свете вышесказанного приобретает изучение ценностных ориентаций и жизненной позиции. Социально-политические события, произошедшие за последние десять лет в мире и в нашей стране, преобразования, продолжающиеся сейчас, вынуждают подрастающее поколение самостоятельно делать выбор, лично ориентироваться во всем и занимать вполне независимые позиции.

Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу её отношений к окружающему миру, к другим людям, к самому себе, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и “философии жизни”.

Несмотря на различные подходы к пониманию природы ценностных ориентаций, все исследователи признают, что особенности и содержание